High Output Stoma

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

Inleiding

U krijgt deze folder omdat uw stoma een (te) hoge productie van ontlasting heeft. Dit noemen we een high output stoma, afgekort HOS.

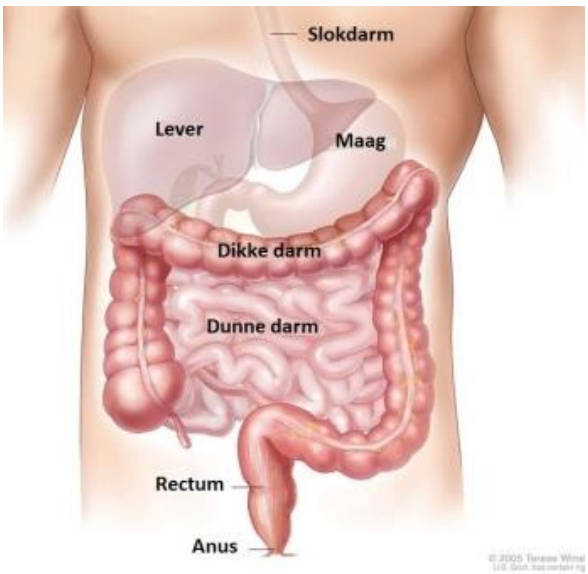
In deze folder leest u:

- Wat is een high output stoma?
- Wat zijn de gevolgen van een high output stoma?
- De behandeling in het ziekenhuis
- Wat u zelf kunt doen

Wat is een high output stoma?

U heeft een stoma op uw dunne darm (een ileostoma), waarvan de productie te hoog is. Dit betekent dat er meer vocht uit het lichaam gaat, dan dat er wordt opgenomen.

Om het ontstaan van een high output stoma goed te kunnen begrijpen is een stukje informatie nodig over het spijsverteringstelsel in het algemeen.
Voedingsstoffen worden vooral opgenomen in de eerste 150-200 cm van de dunne darm: het jejunum. Per dag komt er 7-9 liter vocht door de dunne darm.
In dit vocht bevinden zich belangrijke voedingsstoffen.
Deze voedingsstoffen worden opgenomen in de dunne darm en het meeste vocht wordt opgenomen in de dikke darm.
Hierdoor krijgt u vaste ontlasting.



Een high output stoma komt dus vaker voor bij mensen met een stoma op de dunne darm, omdat de dikke darm niet meer aanwezig is of niet wordt gebruikt. Dit kan komen door:

- Een darmoperatie, waardoor de darmpassage is versneld en het lichaam nog niet voldoende vocht opneemt;
- Een darminfectie;
- Darmziekten, zoals de ziekte van Crohn;
- Te weinig beschikbare darmlengte of darmfalen.

Een normale productie van een stoma op de dunne darm is ongeveer 500-1000 cc ontlasting per 24 uur. We spreken van een verhoogde productie van ontlasting als het stoma tussen de 1000-1500 cc per 24 uur produceert. Een te hoge output is een productie van ontlasting boven de 1500 cc per 24 uur. Wanneer u uw stomazakje leegt bij ongeveer 1/3 inhoud, kunt u ervan uitgaan dat hier gemiddeld 150cc ontlasting in zit.

Wat zijn de gevolgen van een high output stoma?

Uitdroging en zouttekort

Een high output stoma geeft vaak uitdroging en een tekort aan belangrijke zouten. De volgende klachten passen bij uitdroging:

- Dorstgevoel;
- Minder of geconcentreerd plassen;
- Vermoeidheid;
- Krampen;
- Duizeligheid bij opstaan;
- Een droge huid.

Verschijnselen van zouttekort zijn:

- Rusteloosheid;
- Verlies van eetlust, misselijkheid, overgeven;
- Vermoeidheid, prikkelbaarheid;
- Trillerig, spierkrampen;
- Hoofdpijn.

Ondervoeding

Wanneer een hoge stomaproductie lang aanhoudt is er een verhoogd risico voor het ontwikkelen van ondervoeding.

Verminderde werking van medicijnen

Bij een hoge stomaproductie werken sommige medicijnen ook minder omdat deze onvoldoende opgenomen worden.

Behandeling in het ziekenhuis

Het ziekenhuis start voor u een behandeling om de hoge productie van het stoma terug te dringen. Tijdens deze behandeling wordt u in het ziekenhuis opgenomen. De duur van opname is afhankelijk van hoe het lichaam op de behandeling reageert. Deze behandeling bestaat uit verschillende onderdelen:

Vochtbalans

Om goed te kunnen monitoren wat uw lichaam opneemt en weer uitscheidt, houden we een vochtbalans bij. In overleg kunt u dit ook zelf bijhouden.
Het is van belang om goed bij te houden hoeveel vocht u inneemt, maar ook hoeveel vocht uw lichaam verliest via het stoma en de urine.

Voeding

Eet zoveel mogelijk vast voedsel. Vermijd hierbij zogenoemde ‘onoplosbare vezels’. Deze zitten onder andere in volkorenbrood, muesli en rauwkost.
De diëtiste geeft in een apart gesprek toelichting over de voeding. Hierbij geeft zij passende adviezen voor thuis.

Vochtbeperking

Er geldt een vochtbeperking van 2 liter per dag.
Heeft u na 2 dagen nog een high output stoma, dan verlagen wij de vochtbeperking naar 0,5 tot 1 liter per dag. De arts bespreekt dit dan met u.
De diëtiste geeft in een apart gesprek toelichting over de vochtbalans en u krijgt passende adviezen voor thuis.
De voedingsassistente en de diëtiste kunnen u begeleiden bij het kiezen van geschikte dranken. Dit zijn bij voorkeur isotone dranken zoals bouillon, tomatensap met zout en karnemelk.

Medicatie

Afhankelijk van de output van de stoma, start u met medicatie. De meest voorkomende medicijnen zijn:

- **Psylliumvezels:** zorgt voor verhoogde opname van water in de ontlasting, welke deze dikker maakt; neem dit poeder met zo min mogelijk water in.
- **Loperamide:** een bekende diarreeremmer, die de ontlasting indikt door de darmbewegingen te remmen.

Als deze medicatie niet het gewenste effect heeft, schrijft uw arts andere medicatie voor. Uw arts bespreekt dit dan met u.

Overig

Door u dagelijks te wegen maken we uw gewichtsverloop inzichtelijk. Soms wordt er bloed bij u afgenomen, waaruit de arts kan afleiden of er een goede elektrolytenbalans is in het bloed.

Met deze behandeling kunnen we in de meeste gevallen de output van de stoma terugbrengen naar normale waarden.

Wat vragen wij van u?

Uw inzet tijdens deze behandeling is belangrijk om het juiste effect te verkrijgen. Voornamelijk met uw dieet kunt u de productie van het stoma beïnvloeden. Hier zal de diëtiste met u over in gesprek gaan, de voedingsassistente begeleidt u hierbij.
Daarnaast is het belangrijk dat u de voorgeschreven medicatie trouw inneemt en dat u zich houdt aan de vochtbeperking.

Ontslaginstructies

Als u met ontslag gaat, is het van belang om de stomaproductie thuis in de gaten te houden. Dit kunt u doen door thuis globaal bij te houden wat het stoma produceert, dat wil zeggen: hoe vaak u het stomazakje leegt.

Met de adviezen van de diëtiste kunt u uw eigen weg zoeken in de inname van voeding en vocht, om op deze manier de stomaproductie in balans te houden.

Soms krijgt u op recept medicatie mee naar huis, zoals loperamide of psylliumvezels. De inname hiervan vraagt een stukje eigen inzicht.

- Stopt de stomaproductie, neem dan niets meer in;

- Pas de inname aan tot de stomaproductie weer normaal is;
- Bouw de medicatie rustig af.

Heeft u nog vragen?

Dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Chirurgie:
Tel. **010 - 258 5910**.

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige krijgt. Vraag het hen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**